

НОВЫЙ КОРОНАВИРУС: защитите себя от заражения



КАК МОЖНО ЧАЩЕ МОЙТЕ РУКИ ВОДОЙ С МЫЛОМ ИЛИ ПРОТИРАЙТЕ РУКИ АНТИСЕПТИЧЕСКИМИ СПИРТОСОДЕРЖАЩИМИ СРЕДСТВАМИ.



ПРИ КАШЛЕ И ЧИХАНИИ ПРИКРЫВАЙТЕ РОТ И НОС СОГНУТЫМ ЛОКТЕМ ИЛИ САЛФЕТКОЙ.



ПО ВОЗМОЖНОСТИ, НЕ ТРОГАЙТЕ РУКАМИ ГЛАЗА, НОС И РОТ.



ПО ВОЗМОЖНОСТИ, ИЗБЕГАЙТЕ ЛЮДНЫХ МЕСТ И СОБЛЮДАЙТЕ СОЦИАЛЬНУЮ ДИСТАНЦИЮ НЕ МЕНЕЕ ЧЕМ В 1 МЕТР ОТ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ.

ПОЧЕМУ?

Потому что вода с мылом или антисептические спиртосодержащие средства легко разрушают вирус. Грязные руки это огромный риск передачи инфекций.

Для того, чтобы помешать микробам и вирусам распространяться в воздухе и на различных поверхностях. Если Вы чихаете или кашляете, закрывая лицо руками, Вы можете заразить вещи и людей, до которых дотрагиваетесь.

Если Вы находились рядом с больным человеком и на Ваших руках есть вирус, Вы можете заразиться, прикоснувшись к глазам, носу или рту.

Человек, который чихает или кашляет, выбрасывает в воздух микроскопические капли, содержащие вирус – если не соблюдается определённая дистанция, окружающие могут заразиться.



НОСИТЬ МАСКУ ИЛИ НЕТ?

- Маску следует носить, если Вы ухаживаете за больным с респираторными симптомами.
- Если Вы кашляете или чихаете.
- Если Вы носите маску, то Вы должны знать правила её правильного одевания и снятия.
- Маска эффективна исключительно в сочетании с соблюдением правил гигиены, частым мытьем рук водой с мылом или использованием антисептических спиртосодержащих средств.